

Occitanie
Thermale



Soins et bien-être en eau thermale



 **ccitanie**
Sud de France



Édito

OCCITANIE SUD DE FRANCE SOINS ET BIEN-ÊTRE EN EAU THERMALE

Se soigner, se ressourcer, se détendre et se relaxer, telles sont les promesses des 28 stations thermales d'Occitanie Sud de France. Qu'il s'agisse de cures thermales conventionnées ou libres, de séjours de remise en forme, nos stations, riches d'un savoir-faire historique, ont su s'adapter aux nouveaux besoins de la patientèle et de la clientèle qui, de plus en plus, se tourne vers les traitements traditionnels et naturels. Médecine à l'écoute du patient, le thermalisme innove en Occitanie en répondant aux critères scientifiques les plus rigoureux et démontre son efficacité. Des investissements conséquents ont été engagés dans ce domaine. Ils témoignent de l'attention constante portée à l'amélioration du confort des patients et la diversification de l'offre. Nos nouveaux modes de vies, conséquence durable de cette crise sanitaire qui nous a durablement touché, appellent des temps de rupture avec le quotidien et de déconnexion, des moments de régénération que la première destination thermale de France offre à loisir dans l'environnement de montagne des Pyrénées ou de l'Aubrac, dans la campagne ensoleillée du Gers ou de l'Aveyron ou encore au bord de la Méditerranée. En curatif ou en préventif, les soins prodigués dans nos stations pourront aider chacune et chacun à augmenter son capital santé. Du bien-être au mieux-être, notre Région est l'endroit idéal pour retrouver sa forme, soigner ses maux. C'est dans ce formidable écrin que la région Occitanie Sud de France vous invite à goûter aux bienfaits et aux plaisirs de ses eaux essentielles, à l'instar des quelques 190 000 curistes que nous avons chaque année le plaisir d'accueillir.

Vincent Garel
Président du Comité Régional
du Tourisme et des Loisirs d'Occitanie

LES BIENFAITS DES EAUX THERMALES POUR VOTRE SANTÉ

Constituant la première région thermale française, les 28 stations thermales présentes en Occitanie Sud de France répondent à l'ensemble des 12 indications thérapeutiques traitées en France. Dynamisés par une recherche constante de qualité et d'innovation, les thermes de la région sont réputés pour la rhumatologie, les affections respiratoires, l'ORL, la phlébologie, la neurologie, les affections psychosomatiques... et proposent des cures « nouvelle génération » permettant de soulager des pathologies spécifiques : traitement du lymphœdème, de la maladie de Parkinson, de l'obésité ou encore du burn-out.

Stations	Indications thérapeutiques											
	Rhumatologie	Voies respiratoires / ORL	Phlébologie	Affections de l'appareil digestif / Maladies métaboliques	Affections urinaires et maladies métaboliques	Dermatologie	Neurologie	Gynécologie	Maladies cardio-vasculaires	Troubles du développement chez l'enfant	Affections des muqueuses bucco-linguales	
ALLÈGRE - LES FUMADES	✓	✓										✓
AMELIE-LES-BAINS	✓	✓										
ARGÈLES-GAZOST		✓	✓									
AULLUS-LES-BAINS				✓								
AVÈNE-LES-BAINS						✓						✓
AX-LES-THERMES	✓	✓										
BAGNERES-DE-BIGORRE	✓	✓			✓							
BAGNOLS-LES-BAINS	✓	✓										
BALARUC-LES-BAINS	✓		✓									
BARBOTAN-LES-THERMES	✓		✓									
BAREGES-BARZUN	✓	✓										
CAPVERN-LES-BAINS	✓			✓	✓							
CASTERA-VERDUZAN				✓								✓
CAUTERETS	✓	✓										
CRANSAC-LES-THERMES	✓											
LA CHALDETTE		✓		✓								
LA PRESTE-LES-BAINS	✓				✓							
LAMALOU-LES-BAINS	✓						✓					
LE BOULOU				✓				✓				
LECTOURE	✓											
LUCHON	✓	✓										
LUZ-SAINT-SAUVEUR		✓	✓					✓				
MOLITG-LES-BAINS	✓	✓					✓					✓
RENNES-LES-BAINS	✓											
SAINT-LARY-SOULAN	✓	✓										
SALIES-DU-SALAT	✓							✓			✓	
USSAT-LES-BAINS					✓		✓	✓				
VERNET-LES-BAINS	✓	✓										

Panorama
des stations
thermales

PAGE
5

Bien-être
en eau
thermale

PAGE
22

Introduction
Sommaire

Panorama des stations thermales





CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
AMELIE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
www.chainethermale.fr/amelie-les-bains

L'établissement thermal d'Amélie-les-Bains-Palalda est situé dans la Vallée du Tech, au cœur du Vallespir, en Pays Catalan. Nichée dans les contreforts des Pyrénées, à quelques kilomètres de la Méditerranée, la station bénéficie d'un microclimat à l'air pur. Vous y trouverez une eau hyperthermale qui jaillit entre 44° et 62°C, bénéfique pour soigner les affections rhumatismales et des voies respiratoires. Amélie-les-bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

ARGELES-GAZOST (HAUTES-PYRÉNÉES)
www.thermes-argeles.fr

Situé entre Lourdes et le Cirque de Gavarnie, classé au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, aux portes du Parc National des Pyrénées, l'établissement thermal d'Argelès-Gazost est parfois appelé « le petit Nice ». Ses fleurs, ses palmiers et ses fontaines, en font un lieu idéal de détente pour les curistes. Ses eaux chlorosulfurées sodiques permettent de traiter les affections veineuses, les voies respiratoires et le lymphœdème. Située à 460m d'altitude, la ville bénéficie d'un microclimat et domine légèrement la vallée du Gave de Pau.

AULUS-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
www.thermes-aulus.fr

L'établissement thermal d'Aulus-les-Bains connaît un regain d'activité depuis plusieurs années. La dimension humaine des installations, la qualité de l'accueil et une équipe dévouée ne sont pas étrangères à ce succès. Au cœur du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises, découvrez les vertus thérapeutiques des sources d'Aulus, la station par excellence du cholestérol, des maladies métaboliques et des maladies de l'appareil réno-urinaire. Inscrits dans un authentique site pyrénéen, les thermes d'Aulus marient la clarté du verre et la chaleur du bois. Ils ont été construits en 1989

AVENE-LES-BAINS (HÉRAULT)
www.avenne-centre-thermal.fr

Niché aux pieds Cévennes, l'établissement thermal d'Avène-les-Bains, dans la commune du même nom, est dédié, depuis son origine en 1743, aux soins dermatologiques. Établissement du groupe Pierre Fabre, lui aussi établit en Occitanie, au cœur de la vallée de l'Orb dans l'Hérault, les thermes d'Avène-les-Bains sont le lieu indiqué pour soulager vos affections cutanées chroniques, tels que l'eczéma, le psoriasis, les effets secondaires des traitements contre le cancer, les séquelles de brûlures, etc... La présence d'une microflore originale appelée Aqua Dolomiaie rend l'eau thermale d'Avène-les-Bains puissante et unique.



Eurothermes

AX-LES-THERMES (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
www.thermes-ax.com

Sur la route de l'Andorre, Ax-les-Thermes est doté de deux établissements thermaux : Le Teich (établissement thermal principal) et le Modèle (établissement thermal intégré à la Résidence*** le Grand Tétras). Les propriétés uniques de ses eaux thermales, les plus chaudes des Pyrénées, permettent de traiter efficacement les pathologies rhumatismales ainsi que les affections des voies respiratoires. Ax-les-Thermes est une station thermale, touristique et de sports d'hiver qui propose des animations tout au long de l'année.

Les Thermes d'Ax-les-Thermes sont des établissements thermaux du groupe Eurothermes

BAGNERES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)
www.thermes-bagneres.fr

Les Grands Thermes de Bagnères-de-Bigorre sont nichés au cœur de la ville à 550 mètres d'altitude au pied du Pic du Midi. Dans les Hautes-Pyrénées à quelques kilomètres des mythiques cols de l'Aspin et du Tourmalet, la station thermale offre un cadre idyllique pour se ressourcer tout en soignant ses affections rhumatologiques, ses problèmes respiratoires ou encore ses troubles psychosomatiques. Ses eaux sulfatées calciques et magnésiennes, riches en oligo-éléments jaillissent à une température de 50°C.

BAGNOLS-LES-BAINS (LOZÈRE)
www.bagnols-les-bains.com

Le centre thermal Aqua Calida se situe dans le village de Bagnols-les-Bains, porte du Parc National des Cévennes.

Dans une nature préservée et vierge de toute pollution, au pied du Mont-Lozère et aux sources du Lot, la station thermale a concocté une offre de soins (rhumatologie et ORL) qui vous permet de bénéficier de façon optimale des bienfaits d'une eau centenaire, riche en soufre, fluor, bicarbonate de sodium et sels minéraux. Profitez également de notre spa thermal romain rénové en 2020.





BALARUC-LES-BAINS (HÉRAULT) www.thermesbalaruclesbains.com

Les thermes de Balaruc-les-Bains, à l'architecture unique tel un paquebot amarré avec vue sur l'étang de Thau, sont spacieux et baignés de la lumière de la Méditerranée. Au cœur de l'Archipel de Thau, destination climatique de choix, Balaruc-les-Bains vous accueille pour une cure thermique en rhumatologie et phlébologie. L'eau santé de Balaruc-les-Bains est une eau de source thermique très riche en oligo-éléments et sels minéraux, captée dans des sources naturelles profondes (2000m). Elle fait partie des plus minéralisées et chaudes d'Occitanie et est réputée depuis l'Antiquité pour ses vertus antalgiques, anti inflammatoires. Balaruc-les-Bains dispose d'un savoir-faire thermal reconnu, animé par une équipe passionnée, dédiée à prodiguer une grande qualité de soins dans des conditions de cure confortable et en toute sécurité. Un des soins plébiscité de la cure est son lit d'application de boue thermique onctueuse, localisée, procédé unique en France. En 2021, plus de 80% des curistes recommandent leur séjour à Balaruc-les-Bains, la meilleure reconnaissance du premier établissement thermal de France.



BARBOTAN-LES-THERMES (GERS) www.chainethermale.fr/barbotan-les-thermes

Dans le Gers, entre pins des Landes et vignobles d'Armagnac, au cœur de la Gascogne, Barbotan est une belle station thermique animée. La cure thermique à Barbotan est un moment privilégié pour prendre du temps pour soi. Son eau thermique captée à 400m de profondeur garanti une cure aux bienfaits inégalés. Le premier établissement thermal construit en 1843 voit fleurir aujourd'hui des lotus roses au milieu de structures rappelant les maisons landaises. Pendant votre séjour, allez pousser les portes des chais d'un vignoble chargé de 1.600 ans d'histoire et laissez-vous conter la part des Anges. Barbotan-les-Thermes est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.



BAREGES-BARZUN (HAUTES-PYRÉNÉES) www.cieleo-bareges.com

À 1250 m d'altitude, la station thermique de Barèges-Barzun apporte le temps d'une cure, calme, air stimulant des montagnes et une vraie détente. Des soins efficaces et naturels associés à une prise en charge globale lors d'un séjour de trois semaines et qui prolongent les bienfaits de l'eau thermique tout au long de l'année. Au cœur des Pyrénées, deux établissements bâtis au milieu du XIXème siècle et modernisés accueillent aujourd'hui les curistes : Les thermes de Barzun, à l'entrée de Barèges traitent les affections des voies respiratoires. Les Grands Thermes, au centre du village, soignent les affections rhumatologiques et les séquelles de traumatismes ostéo-articulaires.





CAPVERN-LES-BAINS (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermes-de-capvern.fr

L'établissement thermal de Capvern-les-Bains se situe au cœur des Baronnies dont les reliefs doux et lumineux annoncent la chaîne des Pyrénées. Capvern, dans le département des Hautes-Pyrénées, est aux portes des Vallées d'Aure et du Louron, ainsi qu'à proximité du plateau de Lannemezan. A 475 m d'altitude, Capvern bénéficie d'un climat tempéré aux vertus sédatives. L'eau thermale unique de Capvern, naturellement pure et réputée pour ses vertus thérapeutiques, a fait de la station la « capitale du rein ».

CASTERA-VERDUZAN (GERS)

www.thermes-castera.gers.fr

En plein cœur du Gers, les thermes de Castéra-Verduzan vous invitent à une pause de calme et de bien-être, dans un village de 1 000 habitants qui propose tous les services du quotidien. Une résidence de 22 appartements (studio et T1) est intégrée à l'établissement thermal, chaleureux et de taille humaine. Préconisées dans le soin des affections digestives, maladies métaboliques et des affections bucco-linguales, les eaux sulfatées, calciques et magnésiennes de Castéra-Verduzan sont réputées depuis l'époque gallo-romaine.



CAUTERETS (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.thermesdecauterets.com

Station thermale des Hautes-Pyrénées, Cauterets est une commune de montagne (altitude 950 mètres) qui reçoit chaque année plus de 6000 curistes. Deux établissements accueillent les curistes : les Thermes des Griffons, centre de rhumatologie dans un écrin naturel en pied de cascade, accessible à pied ou par une navette gratuite. Les Thermes de César, situés en centre-ville de Cauterets, proposent des cures en rhumatologie, voies respiratoires (adultes et enfants) et double orientation.



CRANSAC-LES-THERMES (AVEYRON)

www.chainethermale.fr/cransac-les-thermes

L'établissement thermal de Cransac-les-Thermes est une station unique en Europe grâce au phénomène géologique à l'origine de sa ressource thermale. Blottie au cœur d'une forêt d'acacias, au Nord-Ouest de l'Aveyron, située dans le Pays Decazevillois et non loin de Conques. C'est la seule station thermale du département. Vous pourrez soigner, ici, toutes vos affections rhumatologiques. Les gaz naturels chauds qui s'échappent des flancs de la « Montagne qui brûle », associés à une source thermominérale seront vos alliés efficaces pour soulager vos maux. Cransac-les-Thermes est une station du groupe "La Chaîne Thermale du Soleil".

LA CHALDETTE (LOZÈRE)

www.lachaldette.com

Située à 1000 mètres d'altitude dans un cadre d'exception, au cœur du plateau de l'Aubrac, sur les Rives du Bès, la station thermale de la Chaldette bénéficie des propriétés régénérantes connues des habitants depuis la nuit des temps d'une eau de source riche en minéraux. La Chaldette propose une gamme de soins bien-être en utilisant l'eau thermale, mais également des matières végétales naturelles de la région, principalement bio.

Des études cliniques ont permis de valider les bénéfices de l'eau thermale à la Chaldette dans le traitement des otites séro-muqueuses chez l'enfant, ainsi que dans celui des pharyngites, rhinopharyngites chroniques et rhinites allergiques de l'adulte. La nature de l'eau et sa source, bicarbonatée sodique, est adaptée au traitement des muqueuses inflammatoires, en particulier dans un contexte allergique.

Le climat de la station, particulièrement pur et vierge de particules polluantes, permet de soustraire la muqueuse respiratoire aux agressions extérieures.





CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

LA PRESTE-LES-BAINS

(PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.chainethermale.fr/la-preste-les-bains

Au cœur du cirque grandiose du Haut Vallespir, tout près de l'Espagne, la station thermale de La Preste vous accueille dans une nature préservée. Les thermes sont réputés dans le traitement des affections génito-urinaires, mais également pour le métabolisme et la rhumatologie. La Preste-les-Bains est classée station climatique, en raison d'un climat méditerranéen tempéré par l'altitude (1 130 m).

La Preste-les-bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

LAMALOU-LES-BAINS (HÉRAULT)www.chainethermale.fr/lamalou-les-bains

Dans le parc naturel régional du Haut-Languedoc, entre vignobles et contreforts des Cévennes, la station thermale méridionale de Lamalou-les-Bains vous accueille dans un cadre verdoyant, propice à la récupération et au bien-être: une pause salutaire, pour mettre entre parenthèses le stress du quotidien. La qualité des eaux thermales, dont les vertus thérapeutiques ont été mises en lumière par le Docteur Charcot, fait de Lamalou-les-Bains, l'un des rares centres thermaux français à soigner la Neurologie et la Rhumatologie simultanément. Lamalou-les-bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.



CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL

LE BOULOU (PYRÉNÉES-ORIENTALES)www.chainethermale.fr/le-boulou

Au pied des Albères, où les Pyrénées rejoignent la Méditerranée, à deux pas de la Côte Vermeille et de l'Espagne, la station thermale du Boulou vous offre, entre mer et montagne, une cure agréable sur fond de ciel bleu azur. Au cœur d'un jardin verdoyant entouré d'arbres et de massifs, l'établissement thermal s'apparente à une grande hacienda à taille humaine. Le Boulou est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

**LECTOURE (GERS)**www.valvital.fr/stations-thermales/lectoure/accueil-lectoure.html

L'établissement thermal de Lectoure est installé depuis 2003 dans un ancien hôtel particulier du XVIII^e siècle - l'hôtel de Goulard - compte parmi les plus beaux établissements thermaux de France. La jauge garantit à cet établissement un rapport familial, l'humain avant tout. Côté contexte, rien de moins qu'une cité fortifiée, les Thermes vissés au centre, en fer de lance. D'autres éléments viennent rajouter un peu de prestige supplémentaire : les ateliers du Bleu de Pastel (pigment ayant fait la renommée de Toulouse aux XV^e et XVI^e siècles), la Via Podensis du Chemin de Saint-Jacques de Compostelle (voie la plus fameuse), un Centre d'Art National et une rue commerçante vaillamment garnie ! Le centre thermal de Lectoure est une station de la chaîne Valvital.

**LES-FUMADES-LES-BAINS (GARD)**www.fumades.com

Bienvenue dans l'établissement thermal des Fumades-les-Bains, à Allègre-les-Fumades dans le Gard. La mer Méditerranée n'est pas très loin, à 1h environ. Le massif des Cévennes est encore plus près ! Réputée pour son patrimoine très riche, de beaux paysages, des espaces naturels préservés pour randonner, s'oxygéner, la station des Fumades, à 15km d'Alès, est un lieu idéal pour une cure en pleine nature.

**LUCHON (HAUTE-GARONNE)**www.thermes-luchon.fr

L'établissement thermal de Luchon est installé dans un amphithéâtre de montagnes. Luchon, « La Reine des Pyrénées », brille au cœur des Pyrénées centrales. Cette station thermale à l'architecture élégante, digne des plus belles villes d'eaux françaises, respire la santé. Les thermes de Luchon sont célèbres pour leur Vaporarium, bain de vapeur naturel unique en Europe.

LUZ-SAINT-SAUVEUR (HAUTES-PYRÉNÉES)www.thermesdeluz.fr

Les thermes de Luz-Saint-Sauveur, placés en balcon sur les gorges du gave de Pau, offrent un superbe panorama sur les lumières de la vallée de Luz. Leur environnement exceptionnel, au cœur du Parc National des Pyrénées en fait un lieu de séjour touristique aux multiples attraits. Les espaces de soins s'inscrivent dans une architecture où s'allient histoire napoléonienne et modernité, créant un décor majestueux pensé pour votre bien-être.





CHAÎNE THERMALE DU SOLEIL
MOLITG-LES-BAINS
 (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
www.chainethermale.fr/molitg-les-bains

La station thermale de Molitg-les-Bains est un village plein de charme situé à 600 mètres d'altitude, sur un plateau ensoleillé entre la Méditerranée et le Pic du Canigó (2785 m), cœur du parc naturel régional des Pyrénées Catalanes.

Le domaine thermal adossé à la colline est situé face au Canigó, offre un environnement exotique exceptionnel entre essences rares et uniques, avec sa verrière de cuivre offrant une très belle vue sur la nature environnante. Molitg-les-Bains est une station de la Chaîne Thermale du Soleil.

RENNES-LES-BAINS (AUDE)
www.thermes-renneslesbains.fr

L'établissement thermal de Rennes-les-Bains est la seule station de l'Aude et du pays cathare. Ses eaux chaudes, réputées depuis les Gallo-Romains, émergent des profondeurs après un trajet de 15 000 ans. Entre Méditerranée et Pyrénées, Rennes-les-Bains est une ville thermale de charme qui sait conjuguer le bienfait de ses eaux aux plaisirs de la découverte de l'arrière-pays audois. Son climat doux, ses sources chaudes, son patrimoine (vestiges gallo-romains, place des Deux-Rennes, pavillon Fleury, source des Bains Forts...) font de cette station un lieu privilégié pour prendre soin de soi.

SAINT-LARY-SOULAN
 (HAUTES-PYRÉNÉES)
www.mercuresensoria.com

L'établissement thermal de Saint-Lary vous accueille, au cœur de la vallée d'Aure et du village de Saint-Lary. La destination réputée pour sa station de ski au cœur du Parc National des Pyrénées. Ces thermes, derniers nés de la chaîne pyrénéenne, créés à la fin des années 80, allient confort et technicité, avec la bénédiction d'eaux sulfurées à l'action antalgique et anti-inflammatoire.

SALIES-DU-SALAT (HAUTE-GARONNE)
www.thermes-salies-salat.com

L'établissement thermal de Salies du Salat, station située dans le sud de la Haute-Garonne, à 300 m d'altitude, est à mi-chemin entre Toulouse et les Pyrénées. Vous découvrirez le charme d'une petite ville surnommée « la reine du sel », avec ses palmiers et ses généreux espaces de verdure. Depuis l'Antiquité, l'eau du « puits salé », qui coulait à fleur de terre au milieu du parc des anciens thermes, était utilisée pour la fabrication du sel domestique et les bains. On a retrouvé des baignoires en marbre datant des romains.

USSAT-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
www.thermes-ussat.fr

La station thermale d'Ussat-les-Bains est située à 20km au Sud de Foix, entre Toulouse et l'Andorre, au cœur des Pyrénées ariégeoises, à 2km de Tarascon sur Ariège. Les qualités particulières des eaux d'Ussat, antispasmodiques, sédatives, équilibrantes en font l'endroit idéal pour une cure permettant de retrouver un équilibre nerveux, soigner son stress... Outre, les affections psychosomatiques, Ussat-les-Bains est la station des affections neurologiques et de la gynécologie.

VERNET-LES-BAINS
 (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
www.thermes-vernet.com

La station thermale de Vernet-les-Bains est située au pied du Mont Canigou, dans le Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes, au sein d'un environnement très préservé. Labellisée station verte, c'est le seul établissement familial indépendant des Pyrénées-Orientales, les Thermes de Vernet-les-Bains se distinguent par une prise en charge personnalisée. Authenticité et convivialité se dégagent de cet établissement, une identité que l'ensemble du personnel souhaite conserver en apportant une attention distinguée aux curistes.



Bien-être en eau thermale

Les soins, la relaxation et la remise en forme sont particulièrement développés dans les spas thermaux de notre région. Chacun d'entre eux vous propose une gamme complète de prestations qui vous permettront de bénéficier de l'expertise thermale locale, mais également des dernières innovations en matière de massages, modelages et soins pour le corps et le visage.

 *Bulles, jets massants, bassins animés, geysers ou contre-courants... les centres thermoludiques permettent aussi de profiter des bienfaits de l'eau thermale de façon récréative, dans des décors et des mises en scène variés et de grande qualité.*





ARGELÈS-GAZOST (HAUTES-PYRÉNÉES)
LE JARDIN DES BAINS
www.lejardindesbains.com

Dans un environnement de montagne douce, le Jardin des Bains vous enveloppe dans un monde qui serait la synthèse des plus beaux jardins dont vous puissiez rêver. On y découvre tous les plaisirs qu'offrent les jardins aquatiques, le parcours de marche, les bains de senteurs et le mystérieux puits de l'Inca...

 *Bain & Détente pour petits et grands ! Dès l'âge de 6 mois pour des séances de BabySpa, enfants et adolescents profitent avec leurs parents du bassin principal de la Forêt d'Émeraude et ses lits à bulle, jacuzzi, jets massant, contre-courant, cols de cygnes... Les plus grands découvriront la Ziggourat et ses jardins Mésopotamiens : bain des senteurs aux huiles essentielles qui évolue au rythme des saisons et bain des musiques, harmonieusement disposés autour d'un puits froid.*

AMÉLIE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
SPA THERMAL
www.compagniedesspas.fr/amelie-les-bains-la-pinede

Bâties sur les fondations de bains antiques, avec une piscine et une voûte romaine classées monument historique, le Spa Thermal d'Amélie-les-Bains, aux inspirations contemporaines, conjugue harmonieusement les soins thermaux les plus relaxants aux longs modelages prodigués par des mains expertes.



AULUS-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
ESPACE BIEN-ÊTRE ET ESPACE
AQUA-DÉTENTE DES THERMES
www.thermes-aulus.fr

Nichés à 780 m d'altitude, les thermes d'Aulus-les-Bains marient avec charme la clarté du verre et la chaleur du bois. Tout est conçu pour que le temps des soins soit un moment de bien-être et de détente : unités de soins spacieuses aux larges baies vitrées surplombant le parc thermal, solarium où l'on a plaisir à se reposer.



AX-LES-THERMES (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
LES BAINS DU COULOUBRET
www.thermes-ax.com

Cet espace de détente en eau thermale de 3 000 m² a été aménagé dans l'ancien établissement thermal du Couloubret, au centre d'Ax-les-Thermes. L'architecture, les matériaux employés, les éléments de décor : tout fait délicatement référence aux Romains, grands amateurs de bains et premiers découvreurs des sources minérales pyrénéennes. Voici le lieu rêvé pour se détendre après une marche en montagne, pour se délasser après une journée de ski, pour éliminer stress et tensions !

 *Les Bains du Couloubret jouent en effet habilement sur tout le répertoire des centres thermoludiques actuels : geysers, contre-courants, douches manteaux, cols de cygne, bouillonnements, jets massants, ... le tout alimenté par une eau thermale naturellement chaude.*

BAGNÈRES-DE-BIGORRE (HAUTES-PYRÉNÉES)
AQUENSIS
www.aquensis.fr

Souriez au bien-être ! Joyau architectural dans les Hautes-Pyrénées, Aquensis est le lieu idéal pour découvrir tous les plaisirs d'une eau thermale naturellement chaude et bienfaisante ! Bassins animés, jacuzzis en terrasse, hammam et saunas sont autant d'invitations à la détente. Prolongez l'expérience avec l'espace Bien-Être et sa gamme de soins personnalisés dotée d'une forte empreinte pyrénéenne.

 *Une expérience à vivre aussi en famille, associée par exemple à la découverte du Pic du Midi ou à une journée ski.*



BAGNOLS-LES-BAINS (LOZÈRE)
SPA AQUA CALIDA
www.bagnols-les-bains.com

Entre amis ou en famille, venez profiter du spa Thermal. Bassin thermal intérieur et extérieur, jacuzzi, hammam, bain écossais, douche manteau, douche filiforme, espace sensoriel et salle de fitness. Une large gamme de soins bien-être et remise en forme adaptés (soins d'hydrothérapie, massages, soins esthétiques, soins rituels...) vous permettront de vous relaxer et de vous ressourcer.



BARBOTAN-LES-THERMES (GERS)
SPA THERMAL
www.compagniedesspas.fr/barbotan-les-thermes-la-bastide

Le spa thermal de Barbotan-les-Thermes se déploie sur un espace dépaysant de 400 m² aux décors de pierres blondes et d'émaux. Testez l'un des 20 rituels de beauté ou de détente aux huiles essentielles. Puissez aussi tous les bienfaits de l'eau thermale grâce à un large choix en soins de balnéothérapie.



BALARUC-LES-BAINS (HÉRAULT)
SPA THERMAL O'BALIA
www.obalia.fr

Réputée depuis l'antiquité pour ses vertus thérapeutiques, l'eau thermale de Balaruc-les-Bains devient source de bien-être au Spa Thermal O'balia grâce à ses installations thermales dernier cri et l'environnement naturel des rives de l'étang de Thau.

 *La magie de l'eau à Balaruc, les Bains, l'Oasis, le bassin sensoriel ludique d'eau thermale à 34°, l'Onsen, bain bouillonnant d'inspiration japonaise propice à la contemplation, le caldarium (45°C et 90% d'humidité), le sauna vitré (65°C chaleur sèche), le chemin de pluie, couloir baigné de lumière naturelle, La Magie de l'Eau à Balaruc vous invite à un voyage sensoriel inédit. L'espace Spa Magie des Mains allie massages, soins visage et du corps, escapades aromatiques à vivre en solo ou en duo.*





BARÈGES (HAUTES-PYRÉNÉES)
CIELÉO
www.cieleo-bareges.com

Vu de l'extérieur, avec son élégant dôme de verre qui surmonte une rotonde à colonnade, Cieléo évoque ces coupôles astronomiques d'où l'on observe les mystères du ciel. Un concept unique : les pieds dans l'eau, la tête dans les étoiles.

Cieléo, extension des thermes de Barèges, se développe sur une superficie de 250 m² avec bassin animé, jets, geysers, jacuzzi, hammam, solarium... Le tout complété par des soins personnalisés.

CAPVERN-LES-BAINS

(HAUTES-PYRÉNÉES)
L'EDENVIK

www.thermes-de-capvern.fr/bien-etre-edenvik

Raffinement, quiétude et douceur caractérisent cet espace qui vous accueille dans un décor chaleureux et parfaitement calme. L'ambiance zen et douillette de l'Edenvik résulte d'une union harmonieuse entre le granit des Pyrénées et la transparence du verre. Signe de distinction de l'Edenvik, le bois ou plutôt les bois, soigneusement sélectionnés, vous enveloppent de leur douceur et de leurs raffinements scandinaves.

Sous une coupole en bois, les baigneurs peuvent profiter pleinement des bulles dans une eau à 33°: geyser, jacuzzi, nage à contre-courant, jets massants, lits à bulles dans un bassin de 120 m². Autre spécificité du centre, le bain à vapeur viking. Un concept original qui allie hammam et douche glacée, le tout sous l'oeil bienveillant des sculptures de tête de dragons ou de rapaces d'inspiration viking.



CASTÉRA-VERDUZAN (GERS)
SPA THERMAL
www.thermes-castera.gers.fr/gp/Remise-en-forme-spa

Découvrez et appréciez le Spa campagne... Pour quelques heures ou en séjour, vertus thérapeutiques et plaisirs aquatiques conjuguent leurs bienfaits et vous apportent apaisement et énergie, avant un nouveau plongeon dans la vie active.



CAUTERETS (HAUTES-PYRÉNÉES)
LES BAINS DU ROCHER

www.thermesdecauterets.com

Les Bains du Rocher proposent sur 2 500 m² un univers de détente chaleureux et raffiné. Les bassins intérieurs et extérieurs, les bains à remous, les lits à bulles vous donneront l'occasion de profiter du paysage et de la montagne en toutes saisons. Se glisser dans ses eaux thermales naturellement chaudes est la promesse d'un moment de détente inoubliable au retour de vos randonnées, de vos activités de plein air ou de votre journée ski. Parfaitement intégrés dans l'environnement, vous vivrez un véritable face à face avec la nature.

L'institut de beauté des Bains du Rocher possède une large gamme de soins pour les dames et les messieurs. Modelages, soins du visage, soins du corps, épilations, bar à ongles, soins spécifiques destinés aux sportifs, aux futures mamans, soins à base d'eau thermale, chacun trouve le soin qui lui correspond pour un moment de bien-être absolu.

CRANSAC-LES-THERMES

(AVEYRON)
SPA THERMAL

www.chainethermale.fr/cransac-les-thermes/forme-et-spa

Le Spa thermal des thermes de Cransac vous promet des moments de pleine détente, de bien-être et de soins attentifs dans un environnement naturel et revivifiant. Formules spa, soins thermaux ou encore soins du visage et modelages aux huiles essentielles sont réalisés dans une ambiance feutrée et tamisée.



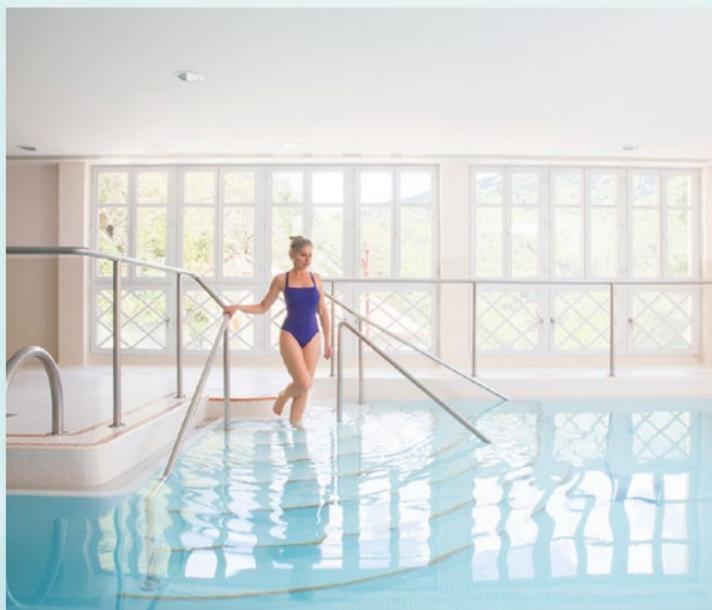


LA CHALDETTE (LOZÈRE)
CENTRE DE BIEN-ÊTRE / SPA THERMAL
www.lachaldette.com

La Chaldette est une station thermale située en plein cœur de l'Aubrac, à 1000m d'altitude dans un environnement exceptionnel. Au centre de bien-être / Spa Thermal : massages aux Huiles Essentielles Bio, massages au Thé d'Aubrac, aromathérapie, soins Esthétiques, soins d'Hydrothérapie, bassins actifs, sauna, Hammam, cabine d'inhalation au sel de l'Himalaya, hydromassage en apesanteur, tisannerie Bio, solarium, espaces détente... Une évasion hors du temps, seul, en couple, entre amis...

LA PRESTE-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/la-preste-les-bains/forme-et-spa

Le Spa Thermal vous accueille au cœur du Service Premier où règne une ambiance feutrée qui vous enveloppe comme un cocon. Cabines de soins individuelles, piscine d'eau thermale et salle de repos avec vue panoramique sur la vallée, linge douillet et un accueil personnalisé vous promettent ressourcement et bien-être en soins à l'unité, mais aussi, lors de forfaits à la demi-journée de programmes de remise en forme thématiques. L'Espace Beauté joue la carte de l'indépendance, à l'extérieur de la bâtisse. Dans cet espace intime et coquet, découvrez les Rituels Beauté Decléor qui marient gestes et extraits végétaux pour une parenthèse beauté nature.



LAMALOU-LES-BAINS (HÉRAULT)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/lamalou-les-bains/forme-et-spa

Au cœur du Spa thermal de Lamalou-les-Bains, vous bénéficierez de soins toniques ou relaxants et oublierez stress et tensions du quotidien. Des instants de détente privilégiés, entouré d'une équipe aux petits soins, qui saura vous prodiguer douceur et apaisement.



LE BOULOU (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/le-boulou/forme-et-spa

Le climat méditerranéen tempéré n'est pas le moindre atout de ce site qui invite aux plaisirs de la mer, de la montagne et de l'arrière-pays. Tout proche de l'Espagne, les Thermes sont ancrés aux portes d'un grand domaine de petites collines où chênes lièges, pins et oliviers. Profitez d'un moment de bien-être grâce aux forfaits et soins proposés : forfaits Spa, soins de balnéothérapie et soins à l'institut de beauté.

LECTOURE (GERS)
SPA THERMAL VALVITAL
www.valvital.fr/Spa-Sejours/Lecture-Station-thermale-de-Lecture

Installé dans l'hôtel de Goulard, une demeure du XVIIIème siècle magnifiquement rénovée, le spa thermal de Lectoure vous accueille dans un environnement d'exception. Les soins du corps et du visage vous apportent les vertus bienfaisantes uniques de l'eau thermale qui sublimeront votre peau et vous apporteront une relaxation totale !



THERMES DES FUMADES (GARD)
LES BAINS ESPACE REMISE EN FORME
www.fumades.com

L'espace remise en forme des Thermes des Fumades les Bains propose une agréable parenthèse à tous ceux qui ont envie de lâcher prise et de se faire dorloter, que ce soit entre amis, en couple ou en famille.

LUZ-SAINT-SAUVEUR
(HAUTES-PYRÉNÉES)
LUZÉA
www.luzea.fr

Luzéa vous accueille dans un décor superbe fait de marbre, verre et mosaïques incrustées de pierres colorées. Entièrement dédié à votre bien-être, Luzéa mêle ainsi architecture néo-classique et modernité des infrastructures, tout en vous offrant la sensation magique de flotter entre terre et ciel.

 Un espace de balnéothérapie ouvert à tous, pour profiter en toute liberté de l'ensemble des installations : piscine, jacuzzi, sauna, hammam oriental, banquettes de marbre chauffantes (sauna et hammam réservés aux plus de 15 ans).



MOLITG-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
SPA THERMAL
www.chainethermale.fr/molitg-les-bains/forme-et-spa

Face aux neiges éternelles du Mont Canigou, un domaine exotique et méditerranéen. Surplombant le Lac de la Castellane, les Thermes de Molitg ouvrent sur 1 700 m² d'espace de soins à l'atmosphère douce et feutrée. Sa piscine panoramique est comme blottie dans une serre accrochée à la cime des arbres.

La première richesse de la station, c'est son précieux plancton thermal : utilisé en dermocosmétique, il présente d'étonnantes propriétés cicatrisantes, apaisantes et régénérantes sur l'épiderme.

La première richesse de la station, c'est son précieux plancton thermal : utilisé en dermocosmétique, il présente d'étonnantes propriétés cicatrisantes, apaisantes et régénérantes sur l'épiderme.



RENNES-LES-BAINS (AUDE)
ESPACE FORME
www.thermes-renneslesbains.fr

Dans un cadre de verdure, cité thermale en haute vallée de l'Aude, la piscine extérieure d'eau thermale est naturellement chaude. Vous profiterez du sauna, du hammam et de la salle de musculation cardio-training. Massages, aérobain, douches et applications de boues sont proposées dans les forfaits santé bien-être.



SAINT-LARY SOULAN (HAUTES-PYRÉNÉES)
SENSORIA RIO ET SENSORIA SPA BY NUXE
www.mercuresensoria.com

Sensoria Rio vous accueille au cœur du village de Saint-Lary Soulan, destination famille, paradis des petits et des grands. Dans une eau de source naturelle à 32°C, été comme hiver, l'ensemble des équipements est dédié à votre bien-être : lits à bulles, jets massants, jacuzzi pour les adultes ; tourbillons, geysers et cascades pour les enfants. Sensoria Spa by Nuxe : la tradition millénaire des thermes se mêle à l'innovation cosmétique de la gamme Nuxe. Comme une invitation au bien-être, le Spa de l'hôtel Mercure Sensoria est entièrement dédié à la détente du corps et de l'esprit.

 Eté comme hiver, les enfants découvriront les joies des tourbillons, des geysers et des cascades, dans un décor imitant les canyons des Pyrénées, tandis que vous pourrez profiter des lits à bulles, des jets massants et du jacuzzi face à un panorama exceptionnel sur les Pyrénées.

SALIES-DU-SALAT (HAUTE-GARONNE)
SALINEA SPA
www.salinea-spa.com

Réputés pour leurs eaux riches en sel, le spa des Thermes de Salies-du-Salat combine quatre cabines de soins et un espace aquatique avec hammam, jacuzzi, sauna et salle de fitness. Chacun peut ici, dans cet environnement apaisé et luxueux, guidé par une équipe à l'écoute, élaborer sur mesure ses soins de bien-être (soins du visage, du corps, modelages, hypnose, réflexologie, shiatsu, watsu, yoga...).

 Le spa de Salies-du-salat combine à la fois un espace aquatique avec aqua-gym, aqua-bike, watsu, sauna, hammam, jacuzzi et détente dans une eau salée à 32° et un espace bien-être avec ses quatre cabines dont une double. Chacun peut ici, dans cet environnement apaisé et luxueux, ...

USSAT-LES-BAINS (ARIÈGE-PYRÉNÉES)
REMISE EN FORME THERMALE
www.thermes-ussat.fr

Ussat-les-Bains vous propose son programme de bien-être et détente que vous pouvez suivre dans un objectif de prévention, ou tout simplement « pour le plaisir ». Vous souhaitez vous ressourcer dans une eau naturellement chaude, réservez les prestations suivantes : bains bouillonnants, bain aux infusions de plantes, douches au jet... Complétez avec de la relaxation aquatique, inspirée du watsu, détente et lâcher-prise assurés ! D'autres soins sont proposés : massages de bien-être, réflexologie plantaire, esthétique, relaxation pneumo-phonique...

VERNET-LES-BAINS (PYRÉNÉES-ORIENTALES)
ESPACE BIEN-ÊTRE
www.thermes-vernet.com

Au pied du Canigou, Vernet-les-Bains profite du soleil du Roussillon. L'espace bien-être vous accueille pour vous assurer un accompagnement personnalisé, dans un contexte familial et convivial. Vous profiterez du sauna, hammam, de deux jacuzzis et d'une piscine en eau thermale. Bénéficiez de ses vertus tout en vous relaxant lors de séjours, de journées, lors desquelles modelages ou autres soins beauté vous assureront détente et plénitude.



1 3
2 4

TOUS LES BAINS DU MONDE EN VALLEE DU LOURON

LOUDENVIELLE BALNÉA (1) (HAUTES-PYRÉNÉES)

www.balnea.fr

Bains japonais, bains romains, bains amérindiens, espace tibétain : l'originalité de Balnéa est de proposer des espaces bien distincts pour des publics, des attentes et des âges différents. Ce vaste ensemble se distingue par la noblesse des matériaux utilisés, mêlant l'eau, la pierre et la lumière jusqu'à créer une harmonie unique sur le thème des bains du monde. Espace Inca avec bains extérieurs et premier pavillon cryo-tonic (8°) des Pyrénées.

DANS LES EAUX CHAUDES DES PYRENEES CATALANES

Après le ski ou la randonnée, été comme hiver, les eaux chaudes thermales des bains sulfureux vous procurent détente et relaxation.

DORRES (2) (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

BAINS DE DORRES

www.bains-de-dorres.com

Situé en contrebas du village, plein sud, avec une vue imprenable du Canigou à la Serra del Cadi, les Bains romains de Dorres, nichés dans un havre de nature, vous accueillent toute l'année. L'eau sulfureuse jaillit naturellement de la source à 40°. Vous pourrez, été comme hiver, en profiter pour vous détendre et vous ressourcer, en toute sérénité.

FONTPÉDROUSE (3) (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

LES BAINS DE SAINT-THOMAS

www.bains-saint-thomas.fr

Imaginez dans un petit coin de montagne ensoleillé au fond d'une vallée, un vaste amphithéâtre de pierres abritant trois bassins d'eau chaude sulfureuse en plein air. A Saint-Thomas jaillit une fantastique source d'eau sulfureuse à 58°C aux bienfaits reconnus depuis très longtemps. Trois bassins extérieurs à une température d'environ 37°C sont équipés de jacuzzis et jets de massages ainsi que deux rampes de douche en eau thermale naturelle et régulées en température. L'espace intérieur vous offrira trois salles de hammam avec bassin froid et douches, deux jacuzzis, un espace de repos et de relaxation, trois salles de soins et de massages ainsi qu'un salon de thé.

LLO (4) (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

LES BAINS DE LLO

www.bains-de-llo.com

Profitez des bains en eaux thermales dans le cadre magnifique des Gorges du Sègre. Découvrez les bassins d'eaux sulfureuses, les jacuzzis et les diverses animations aquatiques : 3 bassins de plein air et 2 couverts. Prenez soin de vous dans l'Espace Détente : Hammam, Sauna, Chemin d'eau froide, salle de relaxation. Au Spa Nature, bénéficiez de soins remarquables issus de la nature : soins du visage, modelages, escapades et formules.





-  Sites Unesco et édifices inscrits au titre des chemins de St Jacques
 -  Chemins de St-Jacques de Compostelle
 -  Grands Sites de France
 -  Grands Sites Occitanie
-
-  STATIONS THERMALES AGRÉÉES
 -  CENTRES BALNÉO EN EAU THERMALE

Occitanie

Thermale

www.occitanie-thermale.com

Destination
Occitanie
Comité Régional du Tourisme et des Loisirs

voyage-occitanie.com

SITE DE MONTPELLIER (SIÈGE)
64, rue Alcyone • CS 79507
F • 34960 Montpellier Cedex 2

SITE DE TOULOUSE
15, rue Rivals • CS 78543
F • 31685 Toulouse Cedex 6



#TourismeOccitanie

PÔLE COMMUNICATION ET RAYONNEMENT - JANVIER 2022 - PHOTOS : CRT OCCITANIE - © C&C DESCHAMPS - © D. VIET - © P. THEBAULT - © HUGO DA COSTA / © THERMIES FUMADES-LES-BAINS / © JFT THERME CASTERA / © A. BASCHENIS / © MARIËLSA NIELS / © THERMES_AULUS-LES_BAINS / © AQUENSIS / © STUDIIONATURE / © CORENTIN MOSSIERE / © RENAUD PACOUIL / © HPTÉ / © PATRICE THEBAULT - CRT MIDI-PYRÉNÉES / © OFFICE DE TOURISME DE FONT ROMÉU / D. VIET / © CONFO MONTAGE MP / © HPTÉ LAURENCE BOLEAU / © XAVIER BOYMOND / © JL. SOCCQUET / © SHUTTERSTOCK.COM - VIRGINIE_DUNE VITSTUDIO - IVAYLO IVANOV / © HIDEOTO999 / © SIERPINSKI / © J. DAVID / © ADT66 / © YOAN CHEVOZON / © MARIËLSA NIELS / © PAUL DELGADO - PNR PYRÉNÉES CATALANES / © EMMANUEL MOREL / © PICASA / © THINKSTOCKPHOTOS.FR - GOODSHOOT - PIXLAND - JUPITERIMAGES - HANNAMONIKA - CHESTERF - GEORGE DOYLE - DIGITAL VISION - © AQUENSIS - JARNO - CRT OCCITANIE



Projet cofinancé par le Fonds Européen de Développement Régional